

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, B. *The Guide To High Intensity Interval Training*.
- Bartram, S. (2015). *High Intensity Interval Training For Women*. Mike Sanders.
- Bartram, S. (2015). *High Intensity Interval Training*. Mike Sanders.
- Giriwijoyo, S. & Sidik, D.Z. (2012). *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Giriwijoyo. (1992). *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Giriwijoyo. (2010). *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Hafidz, Julinur. *Dampak Penerapan Pelatihan Harness Terhadap Peningkatan Kemampuan Kecepatan (Speed)*. Skripsi: FPOK UPI.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: P2LPTK-Depdikbud.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Harsono. (2015). *Periodisasi Program Pelatihan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Januar, Andri. (2011). *Dampak Penerapan Pelatihan Complex Training Terhadap Peningkatan Kecepatan*. Skripsi: FPOK UPI.
- Lhaksana, Justinus, dkk. (2005). *Teknik Dasar dan Strategi Permainan Futsal*. Jakarta.
- Lutan, R, dkk. (1991). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: Rektor ITB.
- Murhananto. (2006). *Dasar-dasar Permainan Futsal*. Jakarta: PT Kawan Pustaka.
- Narti, A. (2009). *Futsal*. Bandung: PT Indahjaya Adipratama.

- Nurhasan, dan Cholil, D.H. (2007). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Nurkarmila, Mila. (2015). *Dampak Penerapan Latihan Tabata Terhadap Peningkatan Kemampuan Kecepatan (Speed)*. Skripsi: FPOK UPI.
- Peraturan Rektor Universitas Pendidikan Indonesia Nomor 5804/UN/40/HK/2015. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UPI Tahun Akademik 2015*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rosdiana, Fitri. (2015). *Pengaruh Penerapan Pelatihan Tabata terhadap Peningkatan Kemampuan Aerobik*. Skripsi: FPOK UPI.
- Sajoto. (1989). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: P2LPTK.
- Sajoto. (1990). *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Dahara prize.
- Sari, Yunita. (2015). *Dampak Penerapan Pola Pelatihan Harness Menggunakan Metode Interval dan Repetisi Terhadap peningkatan Kemampuan Speed*. Skripsi: FPOK UPI.
- Satriya, dkk. (2007). *Metodologi Kepelatihan Olahraga*. Bandung: Pendidikan Kepelatihan Olahraga, FPOK UPI.
- Setiawan, Sandi. (1992). *Sibernetika*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, A. & Rahayu, N.I. (2015). *Metode Penelitian: Ilmu Keolahragaan*. Bandung: FPOK UPI.
- Suherman, A. & Rahayu, N.I. (2016). *Modul Statistika: Ilmu Keolahragaan*. Bandung: FPOK UPI.
- Sumosardjuno, S. (1989). *Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pustaka Kartini.
- Sumpena, Asep. (2013). *Dampak Metode Latihan Harness dan Kapasitas Aerobik Terhadap Peningkatan Kemampuan Aerobik*. Bandung: FPOK UPI.

Dwi Aprianti, 2017

PENGARUH METODE LATIHAN HIIT (HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING) TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN KECEPATAN (SPEED) ATLET FUTSAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Tenang, J.D. (2008). *Mahir Bermain Futsal*. Bandung: Mizan Media Utama.

SUMBER INTERNET

(2014: <https://www.acsm.org/docs/brochures/high-intensity-interval-training.pdf>)

(2015:http://fellnr.com/wiki/High_Intensity_Interval_Training#HIIT_Training_Methods)

(http://pardedewimpi.blogspot.co.id/p/blog-page_13.html)

(www.topendsports.com)

Rob Wood (www.topendsport.com/testing/test/sprint20meters.htm)

SUMBER JURNAL

Cathal, J. Cregg, BSc. (2013). *Effects Of High Intensity Interval Training And High Volume Endurance Training On Maximal Aerobic Capacity, Speed And Power In Club Level Gaelic Football Players*. Dublin City School of Health and Human Performance.

Maddigan, M.E. et al. (2014). *High Intensity Interval Training For Improvement of Overhand Throwing Velocity*. Newfoundland, Canada.

Sundari, B.N. (2012). *Effect Of High Intensity Interval Training (HIIT) On Strength Of Female Basketball Players*. Dean, School of Physical Education and Research, Karpagam University, India.